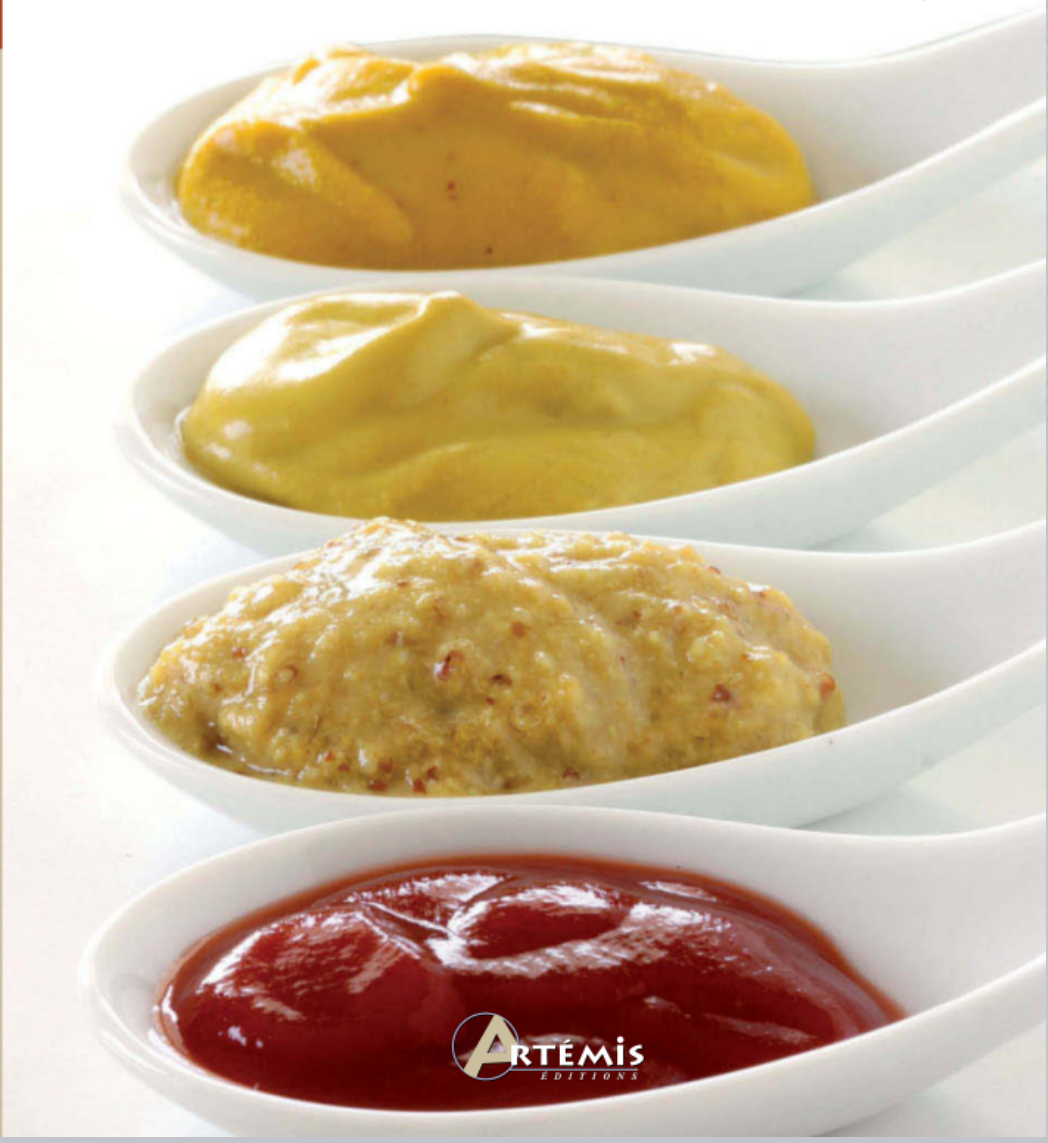
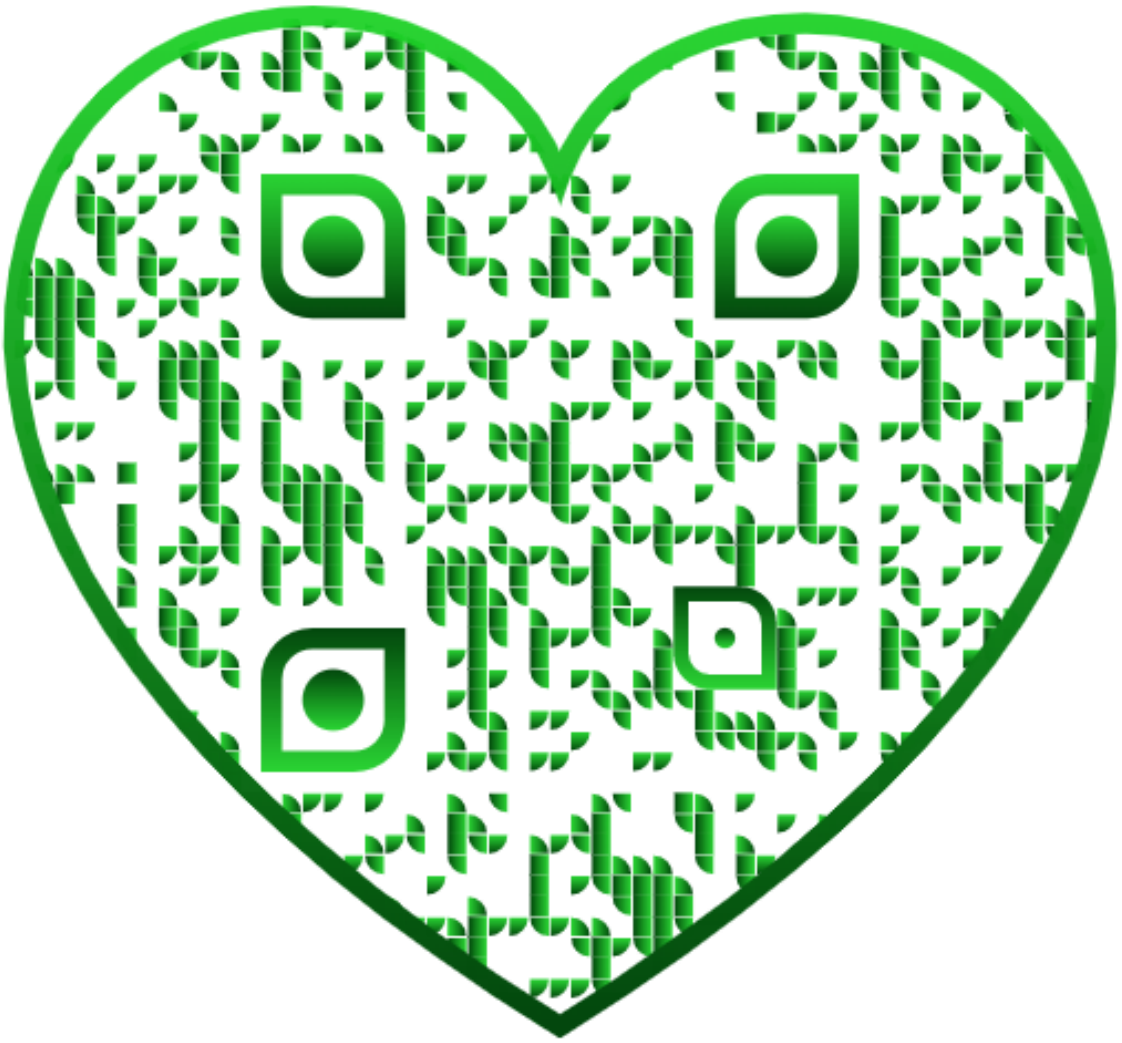
Tendance recettes

90 recettes de Sauces



ARTÉMIS ÉDITIONS



90 recettes de sauces

✳ La confection des sauces demande un minimum de savoir-faire :
– un roux (beurre et farine) pour la béchamel et ses variantes : egg sauce, sauce Mornay, soubise, sauce crème, thermidor, etc.

– une émulsion (mélange de deux liquides qui ne sont pas miscibles) afin d'obtenir des sauces semi-coagulées chaudes, comme la béarnaise, la sauce hollandaise, maltaise, paloise, mousseline…

– un fond de viande ou un bouillon parfumé comme le fumet de poisson, qui, enrichis d'un roux, donnent un velouté à partir duquel on obtient, en combinant d'autres ingrédients, les sauces aurore, cardinal, nantua, ivoire, suprême, etc.

Pour telecharger + d'ebooks gratuitement et légalement veuillez visiter notre site : www.bookys.me

Sommaire

- fond brun
- de veau
- béchamel

4

- fond de volaille
- vinaigrette
- moutardée
- fumet de poisson
- mayonnaise

6-7

- sauce mornay
- egg sauce
- sauce crème

8

- sauce soubise
- sauce ivoire
- sauce thermidor

10

- sauce joinville
- sauce cardinal
- sauce nantua

12

- velouté de volaille
- sauce suprême
- sauce chaud-froid
- sauce aurore

14-15

- sauce espagnole
- sauce bordelaise
- sauce piquante

16

- sauce madère
- sauce périgourdine

18-19

- sauce demi-glace
- sauce de viande
- sauce Robert

20

- sauce diable
- sauce zingara
- sauce Béarnaise
- sauce Choron
- sauce chasseur

22-23

- sauce poivrade
- sauce chevreuil
- sauce salmis

24

- velouté de poisson
- sauce matelote
- sauce crevette

26

- sauce normande
- sauce joinville

28

- sauce aurore
- sauce diplomate
- sauce cardinal

30

- sauce nantua
- sauce vin blanc

32

- sauce roquefort
- sauce ravigote
- sauce moussautaire

34

- sauce cocktail
- sauce Choron
- sauce tartare

36

- sauce hollandaise
- sauce mousseline
- sauce maltaise

38

- sauce béarnaise
- sauce paloise

40-41

- vinaigrette à la confiture de framboises
- vinaigrette à la confiture de mûres
- vinaigrette à la framboise

42

- vinaigrette à la gelée de coing chocolatée
- vinaigrette aigre-douce
- vinaigrette à la moutarde et aux épices

44

- vinaigrette au yaourt épicé
- vinaigrette au jus de roquette
- vinaigrette au jus de pomelo

46

- vinaigrette aux agrumes
- vinaigrette au curry
- vinaigrette au vinaigre de truffe

48

- vinaigrette aux deux huiles
- vinaigrette aux deux vinaigres
- vinaigrette aux épices

50

- vinaigrette aux fruits rouges
- vinaigrette aux agrumes doux
- vinaigrette aux œufs de lump

52

- vinaigrette aux pousses d'épinards
- vinaigrette aux tomates poêlées
- vinaigrette citronnée

54

- vinaigrette façon anchoïade
- vinaigrette façon asiatique
- vinaigrette façon guacamole

56

- vinaigrette façon chutney
- vinaigrette fromage blanc-ciboulette
- vinaigrette façon sabayon

58

- vinaigrette myrtille-gingembre
- vinaigrette orange-pistache
- vinaigrette aux herbes

60

- vinaigrette tiède aux échalotes
- vinaigrette montée en neige
- vinaigrette de coco et vanille

62

Fond brun de veau

4 pers. / C : 2-3 h / P : 30 min

* 1 kg d'os de veau cassés par le boucher
* 1 carotte
* 1 oignon moyen
* 1 branche de céleri
* 1 bouquet garni
* 1 gousse d'ail
* 1 tomate concassée
* 5 ou 6 grains de poivre

1. Pelez la carotte, l'oignon et l'ail. Émincez-les. Rincez la branche de céleri et coupez-la en tronçons.

2. Déposez les os dans un plat à four. Mettez-le dans un four préchauffé à 230 °C (thermostat 7-8). Laissez-les brunir en les retournant de temps en temps.

3. Après 30 min, ajoutez la carotte, l'oignon et le céleri. Laissez-les prendre couleur, pendant 20 min. Transférez le tout dans un faitout émaillé et déglacez le plat avec 50 cl d'eau.

4. Complétez avec 2 litres d'eau froide et portez doucement à ébullition avec la gousse d'ail et la tomate. Écumez, si nécessaire. Couvrez et laissez frémir pendant 2 ou 3 h. Le fond se réduit très lentement.

5. Environ 10 min avant la fin de la cuisson, ajoutez les grains de poivre.

6. Passez le fond de veau. Enlevez la couche de gras qui se forme à sa surface lorsqu'il refroidit.

Remarque : Mêmes ingrédients et préparation pour le fond brun (ou braisière), sauf qu'il vous faut 1,5 kg d'os de veau et de bœuf et une cuisson de 6 h au lieu de 3, au point 4.

Béchamel

1 litre environ / C : 12-15 min / P : 15 min

* 1 litre de lait
* 80 g de farine
* 80 g de beurre
* 1 pincée de noix de muscade
* 1 pincée de sel
* 1 pincée de poivre

1. Faites fondre le beurre dans une casserole sur feu doux.

2. Dès qu'il finit de mousser, saupoudrez-le de farine et mélangez bien avec un fouet ou une cuillère en bois. Laissez cuire pendant quelques instants, surtout sans laisser prendre couleur.

3. Versez le lait froid d'un seul coup et mélangez bien. Portez à ébullition, sans cesser de remuer.

4. Dès que la sauce épaissit, baissez la source de chaleur. Ajoutez le sel, le poivre et la muscade. Laissez cuire en mélangeant souvent pendant 5 min.

Fond
de volaille

C : 5 h / P : 20 min

* 500 g de carcasse crue de poulet (cassée par le boucher)
* 500 g d'os de veau (cassés par le boucher)
* 1 oignon moyen
* 1 branche de céleri
* 1 bouquet garni
* 1 carotte
* 5 ou 6 grains de poivre

1. Déposez les os et la carcasse dans un grand faitout émaillé. Recouvrez-les d'eau et portez à ébullition. Laissez frémir pendant 5 min. Égouttez et jetez l'eau.

2. Pelez la carotte et l'oignon. Émincez-les. Rincez la branche de céleri et coupez-la en tronçons.

3. Remettez les os et la carcasse dans le faitout avec tous les ingrédients, sauf le poivre. Recouvrez d'environ 2 litres d'eau froide. Amenez lentement à ébullition. Écumez de temps en temps.

4. Couvrez et laissez frémir pendant 2 h. Le fond se réduit très lentement.

5. Environ 10 min avant la fin de la cuisson, ajoutez les grains de poivre.

6. Passez le fond de volaille. Enlevez la couche de gras qui se forme à sa surface lorsqu'il refroidit.

Vinaigrette
moutardée

P : 5 min

* 1 c. à s. de vinaigre de vin rouge
* 1 c. à s. de moutarde
* 4 c. à s. d'huile de tournesol
* Sel, poivre

1. Dans un bol, mettez 2 pincées de sel et du poivre, puis la moutarde et le vinaigre, mélangez. Incorporez l'huile petit à petit avec un fouet.

Fumet
de poisson

1,5 litre environ / C : 1 h 10 / P : 20 min

* 1 kg de parures, arêtes et têtes de poissons
* 1 oignon
* 2 échalotes
* 1 bouquet garni
* 25 cl de vin blanc
* 10 grains de poivre
* Sel

1. Rincez les parures et égouttez-les. Pelez l'oignon et les échalotes.

2. Mettez le tout dans une casserole émaillée, avec le bouquet garni, le vin et 1,5 litre d'eau froide. Salez légèrement.

3. Portez lentement à ébullition, couvrez et laissez frémir pendant 1 h.

4. Environ 10 min avant la cuisson, ajoutez les grains de poivre.

5. Filtrez le fumet dans une passoire très fine, au besoin doublée d'une mousseline.

Mayonnaise

25 cl environ / C : 10-12 min

* 2 jaunes d'œufs
* 1 c. à c. de moutarde
* 30 cl d'huile de tournesol ou d'arachide
* Vinaigre ou citron
* Sel, poivre

1. Veillez à ce que tous les ingrédients de la mayonnaise soient bien à la même température.

2. Séparez bien les jaunes des blancs d'œufs.

3. Mettez les jaunes d'œufs dans un grand bol. Ajoutez la moutarde, une pincée de sel et du poivre. Mélangez le tout avec un fouet pendant environ 1 min.

4. Ajoutez alors l'huile, d'abord goutte à goutte, puis en filet dès que le mélange commence à prendre.

5. Accentuez le débit de l'huile tout en continuant à fouetter régulièrement. Ajoutez quelques gouttes de vinaigre ou de citron. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Conservez la mayonnaise au frais, mais pas au réfrigérateur.

Sauce mornay

50 cl environ / P : 5 min

* 50 cl de béchamel (voir p. 4)
* 50 g d'emmental râpé
* 1 jaune d'œuf
* Muscade râpée

1. Lorsque la sauce béchamel est chaude, incorporez, hors du feu, l'emmental râpé et le jaune d'œuf. Muscadez, même si la béchamel l'était déjà.

2. Dès que le fromage et l'œuf sont ajoutés, il est impossible de remettre la sauce Mornay sur le feu.

Suggestion : Accompagne très bien les œufs durs ou pochés, nombre de légumes et enrichit une grande variété d'entrées chaudes.

Egg sauce

1,25 litre environ / C : 10 min / P : 15 min

* 1 litre de sauce Mornay (voir ci-contre)
* 2 œufs
* 1/2 botte de persil

1. Faites cuire les œufs (départ eau bouillante salée) pendant 10 min. Rafraîchissez-les, écalez-les et coupez-les en 2.

2. Récupérez les jaunes d'œufs. Passez-les au tamis ou au chinois étamine, puis les blancs.

3. Équeutez le persil et hachez-le.

4. Incorporez les jaunes et les blancs durs à la sauce Mornay ainsi que le persil haché.

Suggestion : Garnissez des cœurs d'artichauts avec l'egg sauce.

Sauce crème

1,25 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de béchamel (voir p. 4)
* 200 g de crème

1. Faites bouillir la béchamel en mélangeant bien.

2. Incorporez la crème et laissez réduire 2 min en fouettant constamment.

Suggestion : Nappez un gratin de pâtes avec la sauce crème.

Sauce soubise

1,25 litre environ / C : 15 min / P : 20 min

* 1 litre de béchamel (voir p. 4)
* 500 g d'oignons
* 30 g de beurre
* Sel, poivre

1. Épluchez les oignons et émincez-les finement. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez les oignons. Assaisonnez. Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.

2. Incorporez les oignons à la béchamel chaude, mélangez bien.

Suggestion : Nappez un chou-fleur avec la sauce soubise.

Sauce ivoire

1,25 litre environ / C : 2 min / P : 5 min

* 1 litre de sauce crème (voir p. 8)
* 50 g de glace de viande (voir p. 20)

1. Faites bouillir la sauce crème.

2. Incorporez la glace de viande et mélangez bien.

Suggestion : Nappez une côte de porc avec la sauce ivoire, saupoudrez de gruyère et laissez gratiner.

Sauce thermidor

1,25 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de béchamel (voir p. 4)
* 20 cl de fumet de poisson
* 100 g de gruyère râpé
* 1 c. à s. de moutarde
* 1 pincée de piment de Cayenne

1. Faites bouillir la sauce béchamel. Ajoutez la moutarde, le piment de Cayenne et le fumet de poisson.

2. Laissez cuire 2 min et incorporez le gruyère râpé. Mélangez bien.

Suggestion : Nappez un poisson cuit vapeur avec la sauce thermidor.

Sauce joinville

1,5 litre environ / C : 10 min / P : 15 min

* 1 litre de béchamel (voir p. 4)
* 50 cl de fumet de poisson (voir p. 7)
* 35 g de beurre
* 35 g de farine
* 200 g de carapaces de crevettes
* 25 g de concentré de tomates

1. Concassez les carapaces de crevettes.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine. Mélangez bien et ajoutez le fumet de poisson. Mélangez jusqu'à ébullition. Ajoutez les carapaces de crevettes et le concentré de tomates. Laissez cuire 5 min environ. Passez le tout au chinois en pressant bien.

3. Incorporez la sauce à la béchamel, mélangez bien.

Suggestion : Nappez un gratin de crustacés avec la sauce Joinville.

Sauce cardinal

1,5 litre environ / C : 10 min/ P : 15 min

* 1 litre de béchamel (voir p. 4)
* 50 cl de fumet de poisson (voir p. 7)
* 35 g de beurre
* 35 g de farine
* 200 g de carapaces de homard
* 25 g de concentré de tomates

1. Concassez les carapaces de homard.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine. Mélangez bien et ajoutez le fumet de poisson. Mélangez jusqu'à ébullition. Puis ajoutez les carapaces de homard et le concentré de tomates. Laissez cuire 5 min environ. Passez le tout au chinois en pressant bien.

3. Incorporez la sauce à la béchamel, mélangez bien.

Suggestion : Nappez un légume vert, comme des brocolis, avec la sauce cardinal.

Sauce nantua

1,5 litre environ / C : 10 min / P : 15 min

* 1 litre de béchamel (voir p. 4)
* 50 cl de fumet de poisson (voir p. 7)
* 35 g de beurre
* 35 g wde farine
* 200 g de carapaces d'écrevisses
* 25 g de concentré de tomates

1. Concassez les carapaces d'écrevisses.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine. Mélangez bien et ajoutez le fumet de poisson. Mélangez jusqu'à ébullition. Ajoutez les carapaces d'écrevisses et le concentré de tomates. Laissez cuire 5 min environ. Passez le tout au chinois en pressant bien.

3. Incorporez la sauce à la béchamel, mélangez bien.

Suggestion : Nappez une fricassée d'écrevisses avec la sauce Nantua.

Velouté de volaille

1 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de fond de volaille (voir p. 6)
* 70 g de beurre
* 70 g de farine

1. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine, mélangez bien. Ajoutez le fond blanc de volaille et mélangez bien jusqu'à l'ébullition.

Sauce suprême

1 l itre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de velouté de volaille (voir ci-contre)
* 10 cl de crème
* 3 jaunes d'œufs

1. Faites bouillir le velouté de volaille. Ajoutez la crème et laissez cuire pendant 2-3 min.

2. Hors du feu, incorporez 3 jaunes d'œufs et mélangez bien.

Suggestion : Nappez un suprême de volaille avec cette sauce.

Sauce chaud-froid

1 litre environ / C : 5 min / R : 1 h / P : 10 min

* 1 litre de sauce suprême (voir ci-contre)
* 6 feuilles de gélatine

1. Faites tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide pendant 5 min. Égouttez-les et pressez-les.

2. Faites bouillir la sauce suprême. Ajoutez les feuilles de gélatine, mélangez bien.

3. Nappez un blanc de volaille ou une tarte avec la sauce. Placez le tout au réfrigérateur pendant 1 h. Servez froid.

Suggestion : Cette sauce est réservée pour déguster un plat froid. Nappez-en une tarte cuite et laissez refroidir.

Sauce
aurore

1 litre environ / C : 5 min / P : 15 min

* 1 litre de sauce suprême (voir p. 14)
* 8 tomates

1. Ôtez le pédoncule des tomates. Ébouillantez les tomates et refroidissez-les. Enlevez leur peau, puis coupez-les en quatre. Ôtez les graines et coupez la chair en petits morceaux.

2. Faites bouillir la sauce suprême. Ajoutez les morceaux de tomates et laissez cuire pendant 2 min.

Suggestion : Nappez une fricassée de volaille avec la sauce aurore.

Sauce espagnole

1,25 litre environ / C : 10 min / P : 15 min

- 1 litre de fond brun de veau (voir p. 4)
- 30 à 40 g de fécule
- 8 tomates
- 1 échalote hachée
- 1 filet d'huile d'olive

1. Ôtez le pédoncule des tomates et coupez la chair en petits morceaux.

2. Faites revenir l'échalote hachée dans l'huile d'olive, ajoutez les tomates et laissez cuire 2-3 min.

3. Mouillez avec 1 litre de fond brun de veau. Faites bouillir le tout.

4. Diluez la fécule avec un petit peu de fond brun de veau. Mélangez et ajoutez le tout à la sauce. Faites bouillir en mélangeant jusqu'à épaississement.

Suggestion : Nappez un rôti de veau avec la sauce espagnole.

Sauce bordelaise »

1 litre environ / C : 10 min / P : 5 min

- 1 litre de fond brun de veau (voir p. 4)
- 20 cl de vin rouge
- 1 feuille de laurier
- 1 branche de thym
- 1 c. à c. de poivre mignonnette

1. Faites réduire presque à sec le vin rouge avec le laurier, le thym et le poivre.

2. Ajoutez le fond brun de veau et laissez bouillir pendant 2-3 min.

Suggestion : Accompagne des tendrons de veau.

Sauce piquante

1 litre environ / C : 10 min / P : 10 min

- 1 litre de fond brun de veau (voir p. 4)
- 10 cl de vin blanc
- 5 cl de vinaigre de vin
- 8 cornichons
- 1 c. à c. de persil plat haché
- 1 c. à c. de cerfeuil haché
- 1 c. à c. d'estragon haché

1. Coupez les cornichons en petits dés.

2. Faites réduire presque à sec le vin blanc avec le vinaigre, les herbes et les dés de cornichons, puis ajoutez le fond brun de veau. Laissez bouillir 2-3 min.

Sauce
au madère

50 cl environ / C : 30 min / P : 20 min

* 200 g de champignons de Paris
* 1 oignon
* 50 g de beurre
* 1,5 c. à s. de farine
* 1 verre de vin blanc sec
* 40 cl de fond de veau
* 1 verre de madère
* Le jus d'un demi-citron
* Sel, poivre

1. Rincez les champignons et hachez-les finement. Pelez l'oignon et hachez-le également.

2. Laissez fondre 40 g de beurre dans une casserole. Sans le laisser prendre couleur, jetez-y le hachis d'oignon. Mélangez afin que l'oignon fonde sans roussir. Dès que l'oignon blondit, saupoudrez-le de farine et mélangez. Laissez cuire à feu doux.

3. Lorsque la farine roussit, versez le vin blanc d'un seul coup. Mélangez bien et ajoutez le fond de veau. Laissez mijoter pendant 20 min.

4. Pendant ce temps, laissez cuire les champignons dans une autre casserole, avec le reste du beurre et le jus de citron. Salez et poivrez. Ajoutez le madère et laissez réduire de moitié.

5. Après 20 min de cuisson de la sauce, passez-la au chinois. Pressez sur l'oignon avec le dos d'une cuillère afin d'en exprimer le jus.

6. Versez la sauce passée dans la casserole des champignons. Laissez encore cuire pendant 10 min. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Sauce *périgourdine*

1 litre environ / C : 5 min / P : 10 min

* 1 litre de sauce madère (voir p. 18)
* 5 cl d'essence de truffe
* 40 g de truffe
* 80 g de foie gras

1. Coupez le foie gras en petits morceaux. Râpez la truffe.

2. Faites bouillir la sauce madère, ajoutez l'essence de truffe et la truffe râpée. Laissez cuire pendant 2-3 min.

3. Incorporez au fouet le foie gras. Ne faites plus bouillir car la sauce pourrait trancher.

Suggestion : Accompagne un filet de bœuf en croûte.

Sauce demi-glace

50 cl environ / C : 15 min / P : 15 min

* 2 litres de fond brun (voir p. 4)
* 8 tomates
* 70 g de beurre
* 70 g de farine

1. Ôter le pédoncule des tomates et coupez la chair en petits morceaux.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine. Mélangez jusqu'à coloration (roux brun). Ajoutez le fond brun et les tomates en mélangeant. Portez à ébullition et laissez réduire jusqu'à obtenir 50 cl de sauce.

Remarque : Nous obtenons une sauce concentrée, donc une cuillère de sauce par personne suffit car elle est très riche en goût.

Suggestion : Accompagne très bien une viande grillée.

Glace de viande

25 cl environ / C : 20 min / P : 15 min

* 2 litres de fond brun (voir p. 4)
* 8 tomates
* 70 g de beurre
* 70 g de farine

1. Ôter le pédoncule des tomates et coupez la chair en petits morceaux.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine. Mélangez jusqu'à coloration (roux brun). Ajoutez le fond brun et les tomates en mélangeant. Portez à ébullition et laissez réduire jusqu'à obtenir 25 cl de sauce.

Suggestion : On utilise cette sauce pour concentrer la cuisson d'une viande de bœuf braisée ou en ragoût.

Sauce Robert ▸▸

1 litre environ / C : 20 min / P : 15 min

* 1 litre de fond brun (voir p. 4)
* 3 oignons
* 10 cl de vin blanc
* 5 cl de vinaigre de vin blanc
* 1 c. à s. de moutarde
* 1 filet d'huile d'olive
* 1 pincée de poivre concassé

1. Épluchez et émincez les oignons finement. Faites-les revenir à l'huile d'olive à feu doux jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.

2. Faites réduire le vin blanc avec le vinaigre aux trois quarts. Ajoutez la moutarde ainsi que le poivre et mélangez bien.

3. Ajoutez le fond brun et les oignons. Faites bouillir le tout et laissez cuire 5 min.

Suggestion : Accompagne un foie de veau par exemple.

Sauce diable

50 cl environ / C : 20 min / P : 15 min

- 2 échalotes
- 1/2 verre de vin blanc
- 3 c. à s. de vinaigre de vin blanc
- 1 c. à s. de fécule de maïs
- 25 cl de fond brun (voir p. 4)
- 1 c. à c. de concentré de tomates
- 2 pincées de piment de Cayenne
- Sel, poivre

1. Pelez et hachez les échalotes. Déposez-les dans une petite casserole émaillée avec le vin blanc et le vinaigre. Laissez le mélange cuire sur feu doux jusqu'à réduction de moitié. Passez le mélange, en appuyant sur les échalotes afin qu'elles rendent bien leur jus.

2. Faites chauffer le fond brun. Délayez la fécule de maïs avec une cuillère à soupe d'eau froide. Versez ce mélange dans le fond de veau chaud et remuez. Remettez sur le feu et tournez afin que la sauce se lie.

3. Ajoutez cette sauce aux échalotes. Incorporez le concentré de tomates. Salez, poivrez généreusement et relevez avec 2 pincées de piment de Cayenne. Ne remettez plus la sauce sur le feu.

Sauce zingara

1,25 litre environ / C : 10 min / P : 20 min

- 1 litre de fond brun (voir p. 4)
- 50 g de champignons
- 50 g de jambon de pays
- 30 g de truffe
- 50 g de langue de bœuf cuite
- 10 cl de madère
- 20 cl de sauce tomate
- 1 pincée de piment de Cayenne

1. Lavez les champignons et émincez-les finement. Coupez le jambon en lanières ainsi que la langue de bœuf. Râpez la truffe.

2. Faites réduire le madère, ajoutez la sauce tomate et le fond brun. Laissez cuire 2 min, puis ajoutez toute la garniture.

3. Laissez cuire 5 bonnes minutes, ajoutez le piment de Cayenne.

Suggestion : Accompagne très bien une noix de veau braisée.

Sauce Bercy

1 litre environ / C : 10 min / P : 15 min

- 1 litre de fond brun (voir p. 4)
- 10 cl de vin blanc
- 2 échalotes
- 50 g de beurre
- 1 c. à c. de poivre concassé

1. Coupez le beurre en petits morceaux et laissez-le au réfrigérateur. Épluchez et hachez les échalotes finement.

2. Faites réduire aux trois quarts le vin blanc avec les échalotes. Ajoutez le fond brun et le poivre concassé. Laissez cuire 2 min.

3. Montez la sauce au beurre à l'aide d'un fouet.

Suggestion : Accompagne un steak par exemple.

Sauce Chateaubriand

1 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

- 1 litre de sauce chasseur
- 1 c. à c. d'estragon émincé
- 2 c. à s. de glace de viande (voir p. 20)

1. Faites bouillir la sauce chasseur. Passez-la au chinois.

2. Ajoutez la glace de viande ainsi que l'estragon et laissez bouillir 2 min.

Suggestion : Toutes les viandes grillées se marient très bien avec cette sauce.

Sauce chasseur

30 cl environ / C : 20 min / P : 20 min

- 100 g de champignons de Paris
- 1 c. à s. de jus de citron
- 2 échalotes
- 40 g de beurre
- 1 c. à s. de farine
- 1 verre de vin blanc sec
- 1 verre et demi de fond brun (voir p. 4)
- 1 c. à c. de concentré de tomates
- 1 bouquet garni
- 1 c. à s. de persil ciselé
- Sel, poivre

1. Rincez les champignons et émincez-les. Arrosez-les d'un peu de jus de citron.

2. Dans une casserole, laissez fondre le beurre et faites-y revenir les champignons pendant 5 min.

3. Pelez et hachez les échalotes. Ajoutez-les dans la casserole et laissez-les blondir.

4. Saupoudrez de farine et mélangez. Laissez colorer l'ensemble pendant 2 min.

5. Versez le vin blanc et le fond brun et mélangez jusqu'au premier bouillon. Ajoutez le concentré de tomates et le bouquet garni. Salez peu et poivrez. Couvrez et laissez mijoter pendant 12 à 15 min.

6. Retirez le bouquet garni et saupoudrez de persil ciselé.

Sauce poivrade

50 cl environ / C : 1 h / P : 20 min

* 1 oignon
* 1 carotte
* 1 échalote
* 1 gousse d'ail
* 1/2 branche de céleri
* 100 g de beurre
* 20 g de farine
* 5 cl de cognac
* 10 cl de vin blanc
* 30 cl de fond brun (voir p. 4)
* 3 grains de poivre concassés
* 1 filet d'huile d'olive
* 1 bouquet garni
* Sel, poivre

1. Pelez l'oignon et hachez-le. Coupez la carotte en petits dés. Pelez l'échalote et émincez-la. Pelez la gousse d'ail et écrasez-la.

2. Faites chauffer une cocotte avec de l'huile d'olive et laissez revenir l'oignon, la carotte, l'échalote, le céleri-branche et l'ail pendant 10 min. Saupoudrez de farine, puis ajoutez le cognac et le vin blanc et laissez réduire de moitié. Versez le fond brun. Ajoutez du sel et le poivre concassé et laissez cuire le tout une bonne heure.

3. Passez la sauce au chinois. Refaites-la bouillir, puis mixez-la avec le beurre. Rectifiez l'assaisonnement en poivre.

Sauce chevreuil ▶▶

1 litre environ / C : 30 min / P : 15 min

* 1 litre de marinade de chevreuil (vin rouge morceaux de chevreuil marinés 24 h)
* 500 g de parures de chevreuil
* 1 litre de fond de gibier (voir p. 4)
* 1 oignon
* 1 carotte
* 1 bouquet garni
* 1 gousse d'ail écrasée
* 1 filet d'huile

1. Épluchez l'oignon et la carotte, puis coupez-les grossièrement. Concassez les carcasses.

2. Faites revenir le tout à l'huile dans une cocotte pendant 5 min avec l'ail. Ajoutez la marinade et le bouquet garni. Laissez réduire aux trois quarts.

3. Ajoutez le fond de gibier et laissez cuire 20 min. Passez le tout au chinois.

Suggestion : Accompagne une gigue de chevreuil.

Sauce salmis

1 litre environ / C : 25 min / P : 15 min

* 500 g de carcasses de gibier (à plume ou à poil)
* 1 litre de fond de gibier (voir p. 4)
* 1 oignon
* 1 carotte
* 50 cl de vin rouge (ou de vin blanc)
* 1 bouquet garni
* 1 filet d'huile

1. Épluchez la carotte et l'oignon, puis coupez-les grossièrement. Concassez les carcasses.

2. Faites revenir le tout à l'huile pendant 5 min. Ajoutez le vin et le bouquet garni. Laissez réduire aux trois quarts.

3. Ajoutez le fond de gibier et laissez cuire 20 min environ. Passez la sauce au chinois.

Suggestion : Accompagne un faisan par exemple.

Velouté de poisson

1 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de fumet de poisson (voir p. 7)
* 70 g de beurre
* 70 g de farine

1. Faites fondre le beurre dans une casserole, puis ajoutez la farine et mélangez le tout sans coloration.

2. Ajoutez le fumet de poisson en fouettant. Mélangez jusqu'à l'ébullition et laissez cuire pendant 2 min.

Remarque : Le velouté de poisson est une base pour de nombreuses recettes.

Sauce matelote

1 litre environ / C : 15 min / P : 10 min

* 1 litre de velouté de poisson (voir ci-contre)
* 25 cl de vin rouge
* 100 g de champignons
* 1 gousse d'ail
* 1 oignon

1. Lavez les champignons et émincez-les. Épluchez l'ail et l'oignon et hachez-les finement.

2. Placez les champignons, l'ail, l'oignon et le vin rouge dans une casserole. Faites bouillir le tout et laissez réduire aux trois quarts. Ajoutez le velouté de poisson. Laissez cuire 5 min.

Suggestion : L'anguille ou la lotte se marie très bien avec la sauce matelote.

Sauce crevette

1 litre environ / C : 5 min / P : 15 min

* 1 litre de velouté de poisson (voir ci-contre)
* 25 cl de coulis de crustacés (crevettes)
* 300 g de crevettes

1. Ôtez la tête des crevettes et décortiquez les queues. Coupez-les en morceaux.

2. Faites bouillir le velouté de poisson. Ajoutez le coulis de crustacés et les crevettes. Laissez cuire quelques minutes.

Suggestion : Réalisez un gratin de pâtes en remplaçant la béchamel par cette sauce.

Sauce normande

1 litre environ / C : 12-13 min / P : 15 min

* 1 litre de velouté de poisson (voir p. 26)
* 200 g de crème
* 3 jaunes d'œufs
* 200 g de champignons
* 2 échalotes hachées
* Le jus d'un demi-citron
* 25 g de beurre
* Sel, poivre

1. Lavez les champignons et émincez-les.

2. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez les échalotes hachées. Laissez cuire pendant 2 min, puis ajoutez les champignons, le jus de citron et un fond d'eau. Assaisonnez. Couvrez et laissez cuire 5 min. Égouttez les champignons en conservant leur jus.

3. Faites bouillir le velouté de poisson avec le jus des champignons. Laissez cuire 2 min, puis ajoutez la crème. Poursuivez la cuisson 3-4 min.

4. Hors du feu, ajoutez les jaunes d'œufs et les champignons. Mélangez bien et ne faites plus bouillir.

Suggestion : Accompagne un filet de sandre cuit au court-bouillon par exemple.

Sauce joinville

1 litre environ / C : 5 min / P : 10 min

* 1 litre de sauce crevette (voir p. 26)
* 3 tomates

1. Ôtez le pédoncule des tomates. Ébouillantez les tomates et refroidissez-les. Enlevez leur peau, puis coupez-les en deux. Ôtez les graines et coupez la chair en petits dés.

2. Faites bouillir la sauce crevette, puis ajoutez les dés de tomates et poursuivez la cuisson 2-3 min.

Suggestion : Nappez une poêlée de chou-fleur avec la sauce Joinville par exemple.

Sauce aurore

1 litre environ / C : 5 min / P : 10 min

* 1 litre de velouté de poisson (voir p. 26)
* 100 g de crème
* 2 échalotes hachées
* 25 g de beurre
* 1 c. à c. de concentré de tomates

1. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez les échalotes. Laissez cuire 2-3 min et ajoutez le concentré de tomates. Mélangez bien et ajoutez le velouté de poisson.

2. Laissez cuire quelques minutes, puis ajoutez la crème et poursuivez la cuisson 2 min.

Suggestion : Accompagne un dos de cabillaud cuit à la vapeur.

Sauce diplomate

1,25 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de sauce normande (voir p. 28)
* 25 cl de coulis de homard (ou sauce américaine)
* 1 truffe

1. Faites bouillir le coulis de homard.

2. Faites chauffer la sauce normande sans la faire bouillir, puis ajoutez le coulis de homard.

3. Râpez la truffe.

4. Mélangez bien la sauce et ajoutez la truffe râpée. Laissez infuser quelques minutes.

Sauce cardinal

1 litre environ / C : 5 min / P : 5 min

* 1 litre de sauce aurore (voir sur cette page)
* 20 cl de coulis de homard (ou sauce américaine)
* 100 g de crème
* 1 truffe

1. Faites bouillir la sauce aurore avec le coulis de homard.

2. Râpez la truffe.

3. Ajoutez la crème et la truffe râpée à la sauce. Laissez cuire pendant 2-3 min.

Suggestion : Accompagne une fricassée de homard aux brocolis.

Pour telecharger + d'ebooks gratuitement et légalement
veuillez visiter notre site : www.bookys.me

Sauce nantua

1 litre environ / C : 15 min / P : 10 min

- 1 litre de sauce vin blanc (sans le beurre)
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 carotte
- 200 g de queues d'écrevisses
- 20 cl de vin blanc
- 5 cl de cognac
- 1 c. à s. de concentré de tomates
- 1 filet d'huile d'olive

1. Épluchez l'oignon ainsi que la carotte et coupez-les en petits morceaux.

2. Faites chauffer une casserole avec un filet d'huile d'olive et faites revenir l'oignon, la carotte et l'ail. Laissez cuire 2 min et ajoutez les queues d'écrevisses. Poursuivez la cuisson 2 min et flambez au cognac.

3. Ajoutez le concentré de tomates et le vin blanc, puis laissez réduire.

4. Enfin, ajoutez la sauce vin blanc, faites bouillir le tout pendant 2 min.

Suggestion : Accompagne une fricassée de poulet. Le mariage de la volaille et des écrevisses est très agréable.

Sauce vin blanc

1 litre environ / C : 15 min / P : 10 min

- 1 litre de velouté de poisson (voir p. 26)
- 30 cl de vin blanc
- 2 échalotes hachées
- 20 cl de crème
- Le jus d'un demi-citron
- 50 g de beurre

1. Coupez le beurre en petits morceaux et laissez-le au réfrigérateur.

2. Placez le vin blanc et les échalotes dans une casserole et laissez réduire aux trois quarts.

3. Ajoutez le velouté de poisson. Laissez cuire 5 min et ajoutez la crème ainsi que le jus de citron. Laissez cuire pendant 2-3 min.

4. Hors du feu, incorporez progressivement le beurre en fouettant continuellement.

Suggestion : Accompagne un filet de dorade piquée au chorizo par exemple.

Sauce roquefort

25 cl environ / P : 5 min

* 25 cl de vinaigrette (voir p. 6)
* 50 g de roquefort
* 5 cl de porto

1. Écrasez le roquefort à la fourchette et mélangez-le avec le porto.

2. Incorporez le tout à la vinaigrette.

Suggestion : Se marie bien avec une salade d'endives par exemple.

Sauce ravigote

25 cl environ / P : 10 min

* 20 cl de vinaigrette (voir p. 6)
* 1 petit oignon
* 1 c. à c. de moutarde forte
* 1 c. à s. de câpres au vinaigre
* 1 c. à s. de fines herbes ciselées (ciboulette, persil, estragon)
* Sel, poivre

1. Pelez et hachez finement l'oignon.

2. Ajoutez la moutarde et l'oignon haché à la vinaigrette, ainsi que les câpres au vinaigre et les fines herbes ciselées. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement qui doit être bien relevé.

Suggestion : Accompagne très bien la tête de veau pochée ou la salade de museau de porc.

Sauce mousquetaire

25 cl environ / C : 5 min / P : 5 min

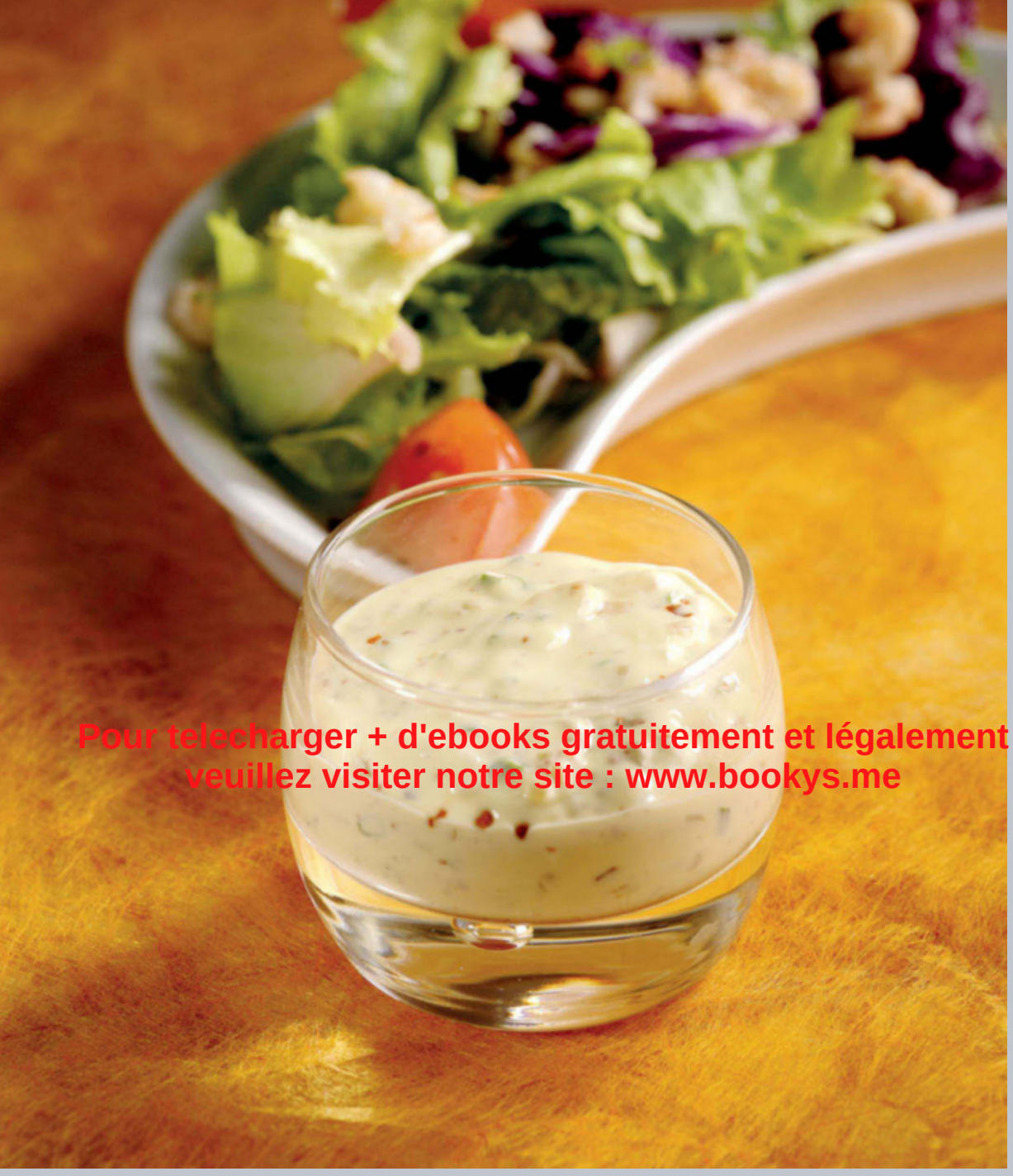
* 25 cl de mayonnaise (voir p. 7)
* 2 échalotes hachées
* 20 cl de vin blanc
* 8 tiges de ciboulette
* 1 pincée de piment de Cayenne

1. Faites réduire le vin blanc avec les échalotes. Laissez refroidir.

2. Émincez la ciboulette.

3. Incorporez la réduction d'échalotes à la mayonnaise ainsi que la ciboulette et le piment de Cayenne.

Suggestion : Se marie bien avec des salades composées à base de viande ou de poisson servies tièdes.


Pour telecharger + d'ebooks gratuitement et légalement
veuillez visiter notre site : www.bookys.me

Sauce cocktail

25 cl environ / P : 15 min

- 1 jaune d'œuf
- 1 c. à s. de moutarde
- 1 c. à s. de vinaigre
- 20 cl de d'huile
- 2 c. à s. de ketchup
- 1 c. à s. de cognac
- 1 c. à c. de sauce Worcestershire
- Quelques gouttes de Tabasco

1. Dans un bol, fouettez la moutarde avec le jaune d'œuf et le vinaigre, puis ajoutez petit à petit l'huile tout en continuant de fouetter.

2. Ajoutez tous les autres ingrédients à cette mayonnaise et mélangez bien.

Suggestion : Accompagne des crevettes roses cuites et décortiquées.

Sauce Choron

25 cl environ / C : 5 min / P : 5 min

- 25 cl de sauce béarnaise (voir p. 40)
- 1 c. à s. de concentré de tomates
- 1 c. à s. d'estragon ciselé
- Sel, poivre

1. Ajoutez l'estragon ciselé et le concentré de tomates à la sauce béarnaise. Mélangez et servez aussitôt, car, tout comme la sauce béarnaise, la sauce Choron ne se réchauffe pas.

Suggestion : Accompagne les viandes grillées ainsi que les œufs durs ou pochés.

Sauce tartare

25 cl environ / P : 10 min

- 25 cl de mayonnaise (voir p. 7)
- 3 cornichons
- 10 câpres
- 1/2 oignon
- 4 c. à s. d'herbes hachées (persil, cerfeuil, estragon)

1. Coupez les cornichons en petits dés. Hachez les câpres ainsi que l'oignon.

2. Ajoutez tous ces ingrédients à la sauce mayonnaise.

Suggestion : Se déguste avec un poisson ou une friture par exemple.

Sauce hollandaise

1 litre environ / C : 15 min / P : 15 min

* 8 jaunes d'œufs
* 500 g de beurre en morceaux
* Le jus d'un citron
* 2 pincées de piment de Cayenne
* Sel, poivre

1. Faites fondre le beurre et laissez-le se clarifier (séparation avec le petit-lait, 55-60 °C). Ôtez le petit-lait qui se forme en surface. L'autre partie reste au fond du récipient.

2. Placez les jaunes d'œufs dans une casserole avec un fond d'eau. Fouettez le mélange à feu très doux jusqu'à ce que l'on voie le fond de la casserole (consistance mousseuse, onctueuse).

3. Hors du feu, incorporez progressivement le beurre clarifié en fouettant énergiquement. Ajoutez le jus de citron, le piment de Cayenne et assaisonnez le tout.

Suggestion : Se marie bien avec les poissons, les œufs ou les légumes pochés, cuit à la vapeur ou en papillote.

Sauce mousseline

1 litre environ / P : 5 min

* 1 litre de sauce hollandaise (voir ci-contre)
* 20 cl de crème

1. Montez la crème très froide en chantilly.

2. À l'aide d'une spatule, incorporez délicatement la crème fouettée à la sauce hollandaise.

Suggestion : Accompagne une salade d'asperges blanches par exemple.

Sauce maltaise

1 litre environ / C : 5 min / P : 15 min

* 1 litre de sauce hollandaise (voir ci-contre)
* 2 oranges sanguines

1. Récupérez le zeste des oranges à l'aide d'un économe, en évitant de prendre la peau blanche, puis coupez-le en lanières fines.

2. Placez-les dans une casserole avec de l'eau froide et portez le tout à ébullition. Égouttez-les et refroidissez-les. Refaites la même opération une seconde fois.

3. Pressez les oranges.

4. Incorporez progressivement le jus des oranges à la sauce hollandaise ainsi que les lanières de zeste en fouettant.

Suggestion : Accompagne un poisson grillé par exemple.

Sauce béarnaise

25 cl environ / C : 5 min / P : 25 min

- 150 g de beurre
- 3 jaunes d'œufs
- 3 échalotes grises
- 1/2 verre de vinaigre de vin
- 2 c. à s. d'estragon ciselé
- 3 c. à s. de vin blanc sec
- Quelques gouttes de jus de citron
- Sel, poivre

1. Pelez les échalotes et hachez-les finement.

2. Mettez-les dans une petite casserole avec une cuillère à soupe d'estragon ciselé, le vinaigre et le vin blanc. Salez et faites chauffer sur feu doux, jusqu'à ce que le liquide se réduise à environ une cuillère à soupe. Filtrez le jus obtenu et laissez-le refroidir.

3. Dans la casserole contenant le jus filtré, ajoutez les jaunes d'œufs en fouettant le mélange et en y incorporant une cuillère à soupe d'eau froide.

4. Déposez la casserole contenant cette préparation dans un bain-marie moyennement chaud.

5. Incorporez une noix de beurre en fouettant le mélange sans arrêt. Il faut que le beurre soit bien intégré à la sauce avant d'y ajouter le morceau suivant.

6. Sortez la casserole du bain-marie et continuez à ajouter le beurre, parcelle après parcelle, tout en fouettant. Remettez la casserole dans le bain-marie après chaque addition de beurre. Continuez jusqu'à ce que tout le beurre soit absorbé. La sauce béarnaise présente alors la même consistance qu'une mayonnaise.

7. Ajoutez le reste d'estragon ciselé et quelques gouttes de citron. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Suggestion : Accompagne les viandes et certains poissons grillés.

Pour telecharger + d'ebooks gratuitement et légalement
veuillez visiter notre site : www.bookys.me

Sauce paloise

1 litre environ / C : 10 min / P : 15 min

* 8 jaunes d'œufs
* 500 g de beurre en morceaux
* 25 cl de vinaigre de vin blanc
* 25 cl de vin blanc
* 2 échalotes
* 1 c. à c. de poivre mignonnette
* 4 c. à s. de menthe émincée et de cerfeuil haché mélangés

1. Épluchez et hachez les échalotes.

2. Réunissez dans une casserole le vinaigre avec le vin blanc, la mignonnette, les échalotes et 2 c. à s. du mélange d'herbes. Faites réduire le tout jusqu'à l'évaporation totale du liquide.

3. Faites fondre le beurre et laissez-le se clarifier (séparation avec le petit-lait, 55-60 °C). Ôtez le petit-lait qui se forme en surface. L'autre partie reste au fond du récipient.

4. Placez les jaunes d'œufs dans une casserole avec un fond d'eau. Fouettez le mélange à feu très doux, jusqu'à ce que l'on voie le fond de la casserole (consistance mousseuse, onctueuse).

5. Hors du feu, incorporez progressivement le beurre clarifié en fouettant énergiquement. Ajoutez la réduction d'échalotes et les 2 c. à s. du mélange d'herbes restantes.

Suggestion : Accompagne des côtes d'agneau grillées ou des viandes au barbecue.

Vinaigrette à la confiture de framboises

P : 5 min

* 1 c. à c. de confiture de framboises
* 2 cl de vinaigre balsamique
* 10 g de fond de veau
* 6 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre cinq baies

1. Faites légèrement chauffer le vinaigre balsamique. Ajoutez la confiture de framboises et le fond de veau, mélangez bien. Salez et poivrez.

2. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne des tagliatelles, une salade de foies au naturel, des pommes de terre.

Vinaigrette à la confiture de mûres

P : 3 min

* 2 cl de vinaigre de xérès
* 2 cl de nuoc-mâm
* 1 cl de sauce de soja
* 20 g de confiture de mûres
* 6 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre cinq baies

1. Mélangez le vinaigre de xérès, le nuoc-mâm, la sauce soja, la confiture de mûres, le sel et le poivre. Montez à l'huile d'olive.

Vinaigrette à la framboise

P : 5 min

* 2 cl de vinaigre de framboises
* 1 c. à c. de confiture de framboises
* 6 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre

1. Mélangez le vinaigre et la confiture de framboises, le sel et le poivre.

2. Montez à l'huile d'olive.

Vinaigrette à la gelée de coing chocolatée

P : 5 min

- 2 cl de vinaigre aromatisé à un fruit (cerise, pêche...)
- 5 g de chocolat amer en poudre
- 20 g de gelée de coing
- 2 cl d'huile de pépins de raisin
- 2 cl d'huile de noisette
- 2 cl d'huile de pistache

1. Mélangez le vinaigre au fruit, le chocolat amer et la gelée de coing. Montez successivement avec les trois huiles.

Suggestion : Accompagne des vermicelles, une salade de fruits, une fraise Melba.

Vinaigrette aigre-douce

P : 10 min

- 2 cl de vinaigre de cidre
- 1 c. à c. de miel
- 6 cl d'huile d'olive
- Curry
- Sel, poivre cinq baies

1. Mélangez le vinaigre de cidre, le miel, le sel, le poivre et le curry, puis montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne des tortini, un poisson vapeur, une salade de fruits de mer, une salade nature.

Vinaigrette à la moutarde et aux épices

P : 10 min

- 2 cl de vinaigre de vin
- 2 échalotes
- 15 g de moutarde à l'ancienne
- 15 g de moutarde artisanale
- 4 cl d'huile de pépins de raisin
- 2 cl d'huile de noix
- Noix de muscade
- Quatre-épices
- Sel, poivre

1. Pelez et hachez les échalotes. Placez-les dans un récipient.

2. Ajoutez le vinaigre de vin, les deux moutardes, le quatre-épices et la noix de muscade. Salez et poivrez et mélangez bien.

3. Montez à l'huile de pépins de raisin et ajoutez l'huile de noix sur le plat au moment de servir.

Suggestion : Accompagne une salade de poireaux, une salade verte et ses œufs pochés.

Vinaigrette au yaourt épicé

P : 10 min

* 1 yaourt
* 50 g de basilic
* 1 oignon doux
* 2 cl de vinaigre de cidre
* 6 cl d'huile d'olive
* Curry
* Sel, poivre

1. Pelez et émincez l'oignon doux, puis mélangez-le au yaourt.

2. Hachez le basilic et ajoutez-le à la préparation.

3. Ajoutez le vinaigre de cidre et le curry, salez et poivrez. Mélangez bien et montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne les macaroni, les légumes râpés, un barbecue.

Vinaigrette au jus de roquette

P : 5 min

* 2 cl de vinaigre de xérès
* 50 g de roquette
* 5 cl d'huile d'olive
* 1 cl d'huile de noix
* Noix de muscade
* Cumin
* Sel, poivre

1. Mixez la roquette avec le vinaigre de xérès. Ajoutez la noix de muscade, le cumin, le sel et le poivre. Mélangez bien et montez à l'huile d'olive.

2. Ajoutez l'huile de noix sur le plat avant de servir.

Suggestion : Accompagne une salade verte.

Vinaigrette au jus de pomelo »

* 1 cl de vinaigre de cidre
* 1 pomelo
* 20 g de miel
* 6 cl d'huile d'olive
* Curry
* Paprika
* Sel, poivre cinq baies

1. Pressez le pomelo.

2. Mélangez le vinaigre, le jus du pomelo, le miel, le curry et le paprika. Salez, poivrez et mélangez bien, puis montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne une salade de pâtes.

Vinaigrette aux agrumes

P : 5 min

* 2 cl de jus de pamplemousse
* 2 cl de jus d'orange
* 2 cl de jus de citron
* 6 cl d'huile d'olive
* Basilic
* Sel, poivre cinq baies

1. Mixez les jus d'agrumes avec le basilic, le sel et le poivre. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne une marinade de poisson ou une salade de tomates.

Vinaigrette au curry

P : 3 min

* 2 c. à s. de crème fraîche
* 1 c. à s. de jus de citron vert
* 1 pointe de curry en poudre
* 1 c. à s. de vinaigre de vin
* 3 c. à s. d'huile d'olive
* Sel, poivre

1. Mélangez la crème avec le jus de citron vert, le vinaigre, le curry, le sel et le poivre.

2. Incorporez délicatement l'huile d'olive en fouettant vivement.

Suggestion : Assaisonne idéalement une salade de poulet.

Vinaigrette au vinaigre de truffe

C : 15 min / P : 15 min

* 2 cl de vinaigre de truffe
* 10 g de fond de veau
* 10 cl de vin rouge
* 10 cl d'eau
* 2 échalotes
* 20 g de beurre
* 6 cl d'huile d'olive
* Noix de muscade
* Sel, poivre cinq baies

1. Épluchez et émincez les échalotes. Faites-les revenir dans une poêle bien chaude avec le beurre. Ajoutez le fond de veau et faites bien revenir.

2. Ajoutez le vin et laissez réduire aux trois quarts.

3. Ajoutez l'eau et faites réduire aux trois quarts. Salez, poivrez et laissez refroidir.

4. Ajoutez le vinaigre de truffe, la noix de muscade, puis salez et poivrez de nouveau. Mélangez bien et montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne un steak ou un rôti, une salade verte et son fromage, une salade de tomates et mozzarella.

Vinaigrette aux deux huiles

P : 10 min

* 2 c. à s. de vinaigre de vin
* 1 oignon doux
* 1 gousse d'ail
* 20 g de beurre
* 4 cl d'huile de pépins de raisin
* 2 cl d'huile de noisette
* Paprika
* Sel, poivre cinq baies

1. Pelez et émincez l'oignon doux, puis faites-le dorer au beurre dans une poêle bien chaude.

2. Pelez et hachez l'ail. Ajoutez-le à l'oignon doux, ainsi que le vinaigre. Salez, poivrez et ajoutez le paprika. Mélangez bien et ajoutez l'huile de pépins de raisin, puis l'huile de noisette.

Suggestion : Accompagne des coquillettes, une salade de poireaux, une salade verte et sa viande.

Vinaigrette aux deux vinaigres

P : 5 min

* 1 cl de vinaigre de vin
* 1 cl de vinaigre balsamique
* 6 cl d'huile d'olive
* Paprika
* Sel, poivre cinq baies

1. Mélangez le vinaigre de vin et le vinaigre balsamique. Ajoutez le sel, le poivre et le paprika. Fouettez 2 min, puis montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne des spaghetti, une salade de chèvre chaud, une salade et son fromage.

Vinaigrette aux épices

P : 3 min

* 2 cl de vinaigre balsamique
* 6 cl d'huile d'olive
* Quatre-épices
* Noix de muscade
* Sel, poivre cinq baies

1. Mélangez le vinaigre, le quatre-épices, la noix de muscade, le sel et le poivre. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne une salade de pommes de terre.

Vinaigrette aux fruits rouges

P : 5 min

* 20 cl de vinaigre balsamique
* 50 g de fraises
* 20 g de framboises
* Sucre vanillé
* 5 cl d'huile de noisette
* 1 cl d'huile d'amande

1. Mixez le vinaigre balsamique, les fraises et les framboises. Ajoutez le sucre vanillé, puis montez à l'huile de noisette.

2. Ajoutez l'huile d'amande sur le plat avant de servir.

Suggestion : Accompagne une tarte sucrée, une pâtisserie.

Vinaigrette aux oignons doux

C : 10 min / P : 10 min

* 8 cl de vinaigre de vin
* 2 oignons doux
* 1 branche de thym-citron
* 1 branche de romarin
* 6 cl d'huile d'olive
* 10 g de fond de veau
* Sel, poivre cinq baies

1. Pelez et émincez les oignons, puis faites-les revenir avec le thym-citron, le romarin et le fond de veau dans une poêle bien chaude, avec 1 cl d'huile d'olive.

2. Salez, poivrez, puis ajoutez le vinaigre et faites réduire aux trois quarts, à feu très doux. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne un poisson vapeur, une tête de veau, une salade de museau.

Vinaigrette aux œufs de lump

P : 5 min

* Le jus d'un citron
* 30 g d'œufs de lump rouges
* 6 cl d'huile d'olive
* Curry
* Poivre cinq baies

1. Mixez les œufs de lump. Mélangez-les avec le citron, le curry et poivrez. Mélangez bien et montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne un tartare ou un carpaccio de poisson.

Vinaigrette aux pousses d'épinards

P : 5 min

* 2 cl de vinaigre de cidre
* 50 g de pousses d'épinards
* 1 jaune d'œuf,
* 1/2 gousse d'ail
* 6 cl d'huile d'olive
* Piment de Cayenne
* Sel, poivre

1. Pelez et hachez la gousse d'ail.

2. Mixez les pousses d'épinards avec le vinaigre de cidre, le jaune d'œuf, l'ail et le piment. Salez et poivrez, puis montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne des asperges, un feuilleté à la viande.

Vinaigrette aux tomates poêlées

C : 15-20 min / P : 15 min

* 2 cl de vinaigre de cidre
* 2 échalotes
* 2 tomates
* 20 g de sucre
* 1 brin de thym
* 4 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre cinq baies

1. Concassez les tomates.

2. Pelez et émincez les échalotes, puis faites-les revenir dans une poêle bien chaude avec 1 cl d'huile d'olive.

3. Ajoutez les tomates concassées, le thym et le sucre, puis faites cuire de 15 à 20 min.

4. Hors du feu, ajoutez le vinaigre, puis salez et poivrez. Mélangez bien et montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne les macaroni, une salade au fromage, un poisson vapeur ou une salade verte.

Vinaigrette citronnée

P : 5 min

* 1 citron
* 6 cl d'huile d'olive
* Aneth
* Paprika
* Sel, poivre

1. Pressez le citron. Ajoutez le sel, le poivre, l'aneth et le paprika. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne des nouilles, un poisson mariné, un tartare de poisson, une salade de tomates.

Vinaigrette façon anchoïade

P : 5 min

* 2 cl de vinaigre balsamique
* 1 jaune d'œuf
* 4 anchois
* 4 olives noires
* 6 cl d'huile d'olive
* Paprika
* Poivre cinq baies

1. Mixez le jaune d'œuf, les olives et les anchois. Ajoutez le vinaigre, poivrez et ajoutez le paprika. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne un tartare de saumon, une macédoine aux fruits de mer, une salade verte.

Vinaigrette façon asiatique

P : 5 min

* 1,5 cl de vinaigre balsamique
* 1 cl de nuoc-mâm
* 1 cl de sauce de soja
* 6 cl d'huile d'olive
* Curry
* Poivre

1. Mélangez le vinaigre, le nuoc-mâm, la sauce de soja et le curry.

2. Poivrez, mélangez 2 min et montez l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne des vermicelles, une salade de fruits de mer.

Vinaigrette façon guacamole

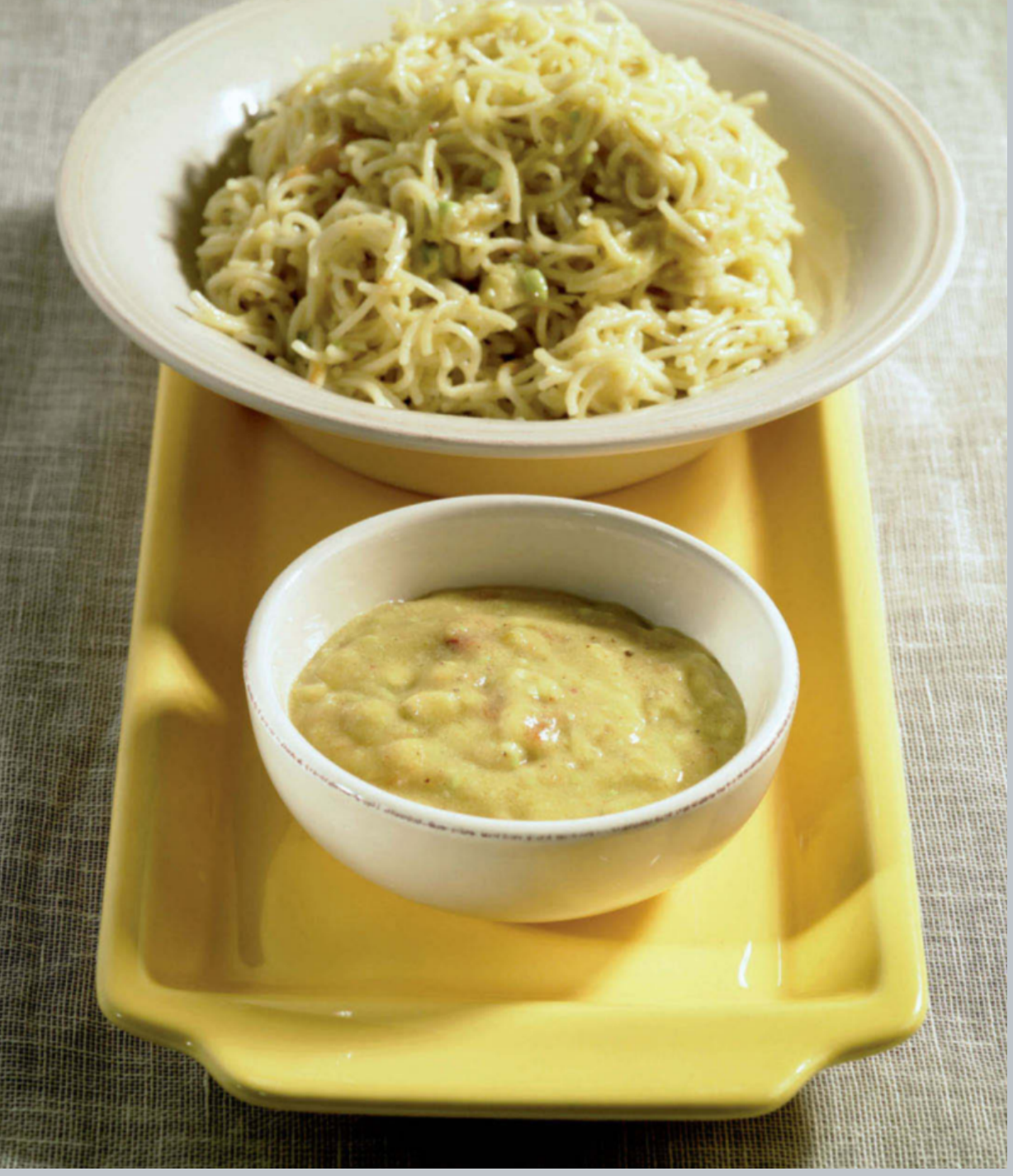
P : 10 min

* 1 cl de vinaigre de cidre
* 1 avocat
* Le jus d'un citron
* 2 tomates
* 6 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre cinq baies

1. Mixez l'avocat avec le jus de citron. Salez et poivrez. Ajoutez le vinaigre de cidre, salez et poivrez. Montez à l'huile d'olive.

2. Coupez les tomates en dés, salez et poivrez. Ajoutez-les à la vinaigrette.

Suggestion : Accompagne une salade de fruits de mer, un barbecue.



Vinaigrette façon chutney

C : 15-20 min / P : 15 min

* 2 cl de vinaigre de pêche
* 3 tomates
* 1 gousse d'ail
* 1 branche de thym
* 2 échalotes
* 10 g de sucre
* 7 cl d'huile d'olive
* Curry
* Sel, poivre cinq baies

1. Concassez les tomates. Pelez et écrasez la gousse d'ail.

2. Pelez et émincez les échalotes, puis faites-les revenir à la poêle dans 1 cl d'huile d'olive bien chaude.

3. Ajoutez les tomates concassées, l'ail, le thym, le sucre, le poivre et le sel, puis laissez mijoter de 15 à 20 min.

4. Mixez la préparation et laissez refroidir avant d'ajouter le vinaigre de pêche et le curry. Mélangez bien, salez, poivrez, puis montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne de la viande froide.

Vinaigrette fromage blanc-ciboulette

P : 10 min

* 150 g de fromage blanc à la faisselle
* 2 cl de vinaigre de cidre
* 50 g de ciboulette
* 2 échalotes
* 6 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre cinq baies

1. Épluchez et hachez les échalotes. Lavez, puis ciselez la ciboulette.

2. Mélangez le fromage blanc et le vinaigre de cidre. Salez et poivrez, puis ajoutez les échalotes et la ciboulette. Montez à l'huile d'olive.

Suggestion : Accompagne les tortini, le pain grillé, les pommes de terre alu au four, une sauce barbecue.

Vinaigrette façon sabayon

P : 10 min

* 2 cl de vinaigre de cidre
* 2 jaunes d'œufs
* 300 g de raisins muscat ou moscatel
* 20 g de cassonade
* 1 g de safran
* Piment de Cayenne

1. Mixez le raisin et récupérez le jus.

2. Dans une casserole, mélangez le vinaigre de cidre, la cassonade, le piment de Cayenne et le safran. Faites tiédir, ajoutez les jaunes d'œufs et montez avec le jus de raisin.

Suggestion : Accompagne des carottes râpées, du céleri râpé.

Vinaigrette myrtille-gingembre

P : 5 min

* 2 cl de vinaigre de xérès
* 1 c. à c. de confiture de myrtilles
* 10 g de fond de veau
* 4 cl d'huile de pépins de raisin
* 2 cl d'huile de noix
* 1 pincée de gingembre râpé
* Sel, poivre

1. Faites fondre le beurre dans une casserole Mélangez le vinaigre et le fond de veau. Faites chauffer.

2. Ajoutez la confiture de myrtilles, le gingembre, salez et poivrez. Mélangez bien et montez à l'huile de pépins de raisin et à l'huile de noix.

Suggestion : Accompagne les macaroni, une salade frisée aux lardons, ou sert de marinade pour une viande au barbecue.

Vinaigrette orange-pistache

P : 10 min

* 2 cl de vinaigre de cidre
* 1 c. à c. de miel
* 3 oranges
* 1 jaune d'œuf
* 2 cl d'huile de pistache
* Paprika, cannelle, gingembre

1. Pressez les oranges.

2. Mélangez le vinaigre, le miel, le paprika, la cannelle, le gingembre et le jaune d'œuf. Mélangez bien et ajoutez en émulsionnant le jus d'orange et l'huile de pistache.

Suggestion : Accompagne une salade de fraises ou une salade de fruits.

Vinaigrette aux herbes

P : 5 min

* 1 gousse d'ail hachée
* 1 c. à c. de persil haché
* 1 c. à c. de ciboulette émincée
* 1 c. à c. de cerfeuil haché
* 1 c. à c. de coriandre hachée
* 2 ou 3 baies roses concassées
* 1 c. à s. de moutarde
* 2 c. à s. de vinaigre de xérès
* 4 c. à s. d'huile d'olive
* Sel, poivre

1. Mélangez l'ail avec la moutarde, le sel, le poivre et le vinaigre de xérès. Incorporez l'huile d'olive et toutes les herbes hachées.

Suggestion : Accompagne une salade de légumes.

Vinaigrette tiède aux échalotes

P : 10 min

* 2 cl de vinaigre de xérès
* 2 échalotes
* 10 g de fond de veau
* 4 cl d'huile de pépins de raisin
* 2 cl d'huile de noix
* Noix de muscade
* Quatre-épices
* Sel, poivre cinq baies

1. Épluchez et émincez les échalotes. Placez-les dans une casserole.

2. Ajoutez le vinaigre de xérès, le fond de veau, le sel, le poivre, le quatre-épices et la noix de muscade. Faites tiédir, puis montez à l'huile de pépins de raisin et à l'huile de noix.

Suggestion : Accompagne les macaroni, la tête de veau, la salade lyonnaise, les œufs pochés.

Vinaigrette montée en neige

P : 10 min

* 2 cl de vinaigre de pêche
* 2 œufs
* 3 cl d'huile d'olive
* 3 cl d'huile de pépins de raisin
* Paprika
* Piment de Cayenne
* Sel, poivre cinq baies

1. Séparez les blancs des jaunes. Montez les blancs d'œufs en neige et réservez au frais.

2. Mélangez le vinaigre, les jaunes d'œufs, le paprika, le piment de Cayenne, le sel et le poivre.

3. Montez à l'huile d'olive et à l'huile de pépins de raisin, puis incorporez délicatement les blancs d'œufs.

Suggestion : Accompagne une verrine de légumes crus, des asperges, une salade fraîcheur.

Vinaigrette de coco et vanille

P : 5 min

* 1/2 gousse de vanille
* 5 cl de lait de coco
* Le jus d'un citron vert
* 8 cl d'huile d'olive
* Sel, poivre

1. Fendez la demi-gousse de vanille et récupérez les petites graines noires.

2. Mélangez-les avec le lait de coco, le jus de citron vert, le sel et le poivre. Incorporez l'huile d'olive en fouettant pour émulsionner la sauce.

Suggestion : Accompagne une salade de saumon fumé.

Ouvrage collectif créé par Losange
Avec la collaboration de : Patrick André, Samuel Butler,
Guillaume Mourton, Séverine Gaonac'h, Fabien Testud, Hervé Chaumeton

Toutes les photos sont de **P. André/Nature**, excepté les suivantes : **Fotolia.com** : p. 7 (Viktor), 16 (unverdorben), 26 (arnowssr), 28 (Delphimages), 30 (Chr. Jung), 34 (Furret), 36 et 48 (Robynmac), 40 (ExQuisine), 42 (A. Vlassyuk), 46 (E. Moiseeva), 60 (Volff), 62 (Tomboy2290) ; **iStockphoto** : p. 10 (M. Mnich).
Coordination éditoriale : Laurence Dechel
PAO : Nathalie Lachaud, Francis Rossignol
Photogravure : Stéphanie Tridoux

© Losange, 2012
© Éditions Artémis pour la présente édition
ISBN : 978-2-8160-0220-1
N° d'éditeur : 8160
Dépôt légal : août 2012

Achevé d'imprimer : juillet 2012
Imprimé en Chine par Toppan Leefung

90 recettes de Sauces

Béchamel

1. Faites fondre le beurre dans une casserole sur feu doux.

2. Dès qu'il finit de mousser, saupoudrez-le de farine et mélangez bien avec un fouet ou une cuillère en bois. Laissez cuire pendant quelques instants, surtout sans laisser prendre couleur.

3. Versez le lait froid d'un seul coup et mélangez bien. Portez à ébullition, sans cesser de remuer.

4. Dès que la sauce épaissit, baissez la source de chaleur. Ajoutez le sel, le poivre et la muscade. Laissez cuire en mélangeant souvent pendant 5 min.

Sauce crème

1. Faites bouillir la béchamel en mélangeant bien.

2. Incorporez la crème et laissez réduire 2 min en fouettant constamment.

Suggestion : Nappez un gratin de pâtes avec la sauce crème.

Crédits photos : Patrick André/Nature.

7,90 € Prix France TTC
C02391
978-2-8160-0220-1

Artémis Éditions

Tendance recettes